

**NIVEAU B (B1&B2)** sur l'échelle proposée par le Conseil de l'Europe  
**ÉPREUVE 3** compréhension de l'oral

**SESSION**  
**2026 A**

## ACTIVITÉ 1

Lisez la consigne.

Écoutez.

Item 1a

Tu vois ! Sur cette photo, je suis avec mes meilleures amies en train de faire un travail en groupe sur l'ordinateur.

Item 2a

Sur celle-ci, le professeur nous a proposé de faire la classe dans la forêt, nous sommes tous par terre et nous faisons des exercices dans nos cahiers.

Item 3a

Regarde cette photo ! Je suis avec mon papa ; c'est lui qui m'a appris à jouer de la guitare et à aimer la musique !

Écoutez encore une fois les items et complétez vos réponses.

## ACTIVITÉ 2

Lisez la consigne.

Écoutez.

Item 4a

C'est le moment où tout le monde dort, dehors il fait noir et tout est calme, les gens sont à la maison et ils ne travaillent pas, il n'y a plus d'activités professionnelles.

Item 5a

C'est le moment où on se réveille pour commencer la journée, on prend son petit-déjeuner et on se prépare à quitter la maison, soit pour aller à l'école, soit pour aller travailler.

Item 6a

En France, c'est le moment du déjeuner, c'est la pause de la journée pour manger, il est 12 heures et le soleil brille.

Item 7a

À ce moment de la journée, les gens sont à la maison, ils ont diné, ils sont sur leur canapé, ils se reposent avant de se coucher et ils discutent avec les autres membres de famille sur la journée passée.

Écoutez encore une fois les items et complétez vos réponses.

**ACTIVITÉ 3**

Lisez la consigne.

Item 8a

Lisez l'hypothèse.

Écoutez

Une évaluation sportive menée par le ministère de l'Éducation nationale auprès d'un tiers des élèves de sixième révèle une baisse inquiétante de la condition physique. Environ 260 000 élèves, du public et du privé, ont été testés en septembre 2025. L'endurance est le point le plus faible : la moitié des élèves ne parvient pas à courir plus de cinq minutes et près de 20% s'arrêtent avant trois minutes.

Écoutez encore une fois.

Item 9a

Lisez l'hypothèse.

Écoutez.

Alors, si, en vélo, désormais, tout se pose à l'aune de la question du danger. Plus de 250 chutes par an, en course ou à l'entraînement. Des cadences infernales. Rendez-vous compte : un peloton aujourd'hui ça roule 3km/h plus vite qu'il y a quelques années. Des traumatismes lourds maintenant qui pèsent sur celles et ceux qui enfourchent un vélo, des vélos qui ne pèsent plus rien.

Écoutez encore une fois.

Item 10a

Lisez l'hypothèse.

Écoutez.

Pour s'offrir l'un des selfies les plus courus de Rome, il faudra bientôt une petite pièce en plus. À partir du mois de février prochain, s'approcher du bord de la fontaine de Trevi coûtera 2 euros. Pour les touristes, une mesure légitime, compte tenu de l'affluence.

Écoutez encore une fois.

**ACTIVITÉ 4**

Lisez la consigne.

Lisez les hypothèses.

Écoutez.

En Chine, la sieste au travail est inscrite dans la Constitution. L'article 43 stipule que les travailleurs ont droit au repos pendant le travail si besoin. Des installations doivent être mises à leur disposition. L'objectif, c'est une meilleure productivité des travailleurs. Il faut savoir que les Chinois font une sieste qui dure de 15 à 30 minutes. Il s'agit du « sommeil de midi ». Ils font la sieste dans les entreprises équipées de dortoirs. Mais il existe aussi des employés équipés, qui déploient leur lit de camp juste à côté de leur bureau.

Écoutez encore une fois et complétez vos réponses.

**ACTIVITÉ 5**

Lisez la consigne.

Écoutez.

- Voici un musée dans lequel on peut admirer de véritables croûtes. Le Musée Vivant du fromage est né en juin 2024 au beau milieu de Paris. Cette initiative, une nouveauté dans la capitale, c'est celle d'un entrepreneur gastronome mordu de fromage, 300 mètres carrés pour « promouvoir le savoir-faire français », « susciter des vocations » et « valoriser nos terroirs » François Chagnaud.

- Au cœur de l'île Saint-Louis les visiteurs seront guidés par l'odeur des fromages, mais avant de les déguster, voire de les acheter, il faudra passer par plusieurs étapes comme l'explique Pierre Brisson le directeur du Musée Vivant du fromage.

Écoutez encore une fois.

**ACTIVITÉ 6**

Lisez la consigne.

Item 1b

Écoutez.

Nous aimons faire une promenade au bord de la mer, là où les bateaux arrivent et repartent. Nous adorons cette ambiance maritime !

Écoutez encore une fois.

Item 2b

Écoutez.

Le weekend, nous adorons nous balader dans un endroit naturel, éloigné du centre urbain, avec une grande variété d'arbres, avec des animaux comme par exemple des cerfs, des tortues et des renards.

Écoutez encore une fois

Item 3b

Écoutez.

On y va souvent ; il est dans notre quartier, près de chez nous et en plus c'est un lieu privilégié pour les enfants avec des jeux en plein air ; ils aiment jouer avec leurs amis et faire du vélo en toute sécurité.

Écoutez encore une fois.

Item 4b

Écoutez.

Le samedi, ma copine et moi, nous avons l'habitude de nous promener dans les endroits où il y a beaucoup de monde : visiter des musées, voir les vitrines des magasins, prendre un petit café sur une terrasse et aller au cinéma.

Écoutez encore une fois.

Item 5b

Écoutez.

En été, j'aime marcher au bord de la mer, surtout marcher sur le sable car il est doux et relaxant. Je peux y voir des enfants faire des châteaux de sable et jouer avec des coquillages et des cailloux.

Écoutez encore une fois.

**ACTIVITÉ 7**

Lisez la consigne.

Item 6b

Écoutez.

La première chose à faire est de se reposer. Le corps a besoin de son énergie pour combattre la fièvre. Il est également très important de boire beaucoup de liquides, comme des jus de fruits, des soupes, des tisanes ou simplement de l'eau.

Écoutez encore une fois.

Item 7b

Écoutez.

Pour lutter contre l'insomnie, il est recommandé d'adopter de bonnes habitudes, à la même heure chaque jour. Dînez tôt et évitez les repas copieux, l'alcool et la caféine. Pratiquez également une activité physique modérée avant d'aller au lit.

Écoutez encore une fois.

Item 8b

Écoutez.

Prenez l'habitude de manger sain chaque jour. Intégrez des légumes, des fruits frais en abondance, des poissons gras, comme du saumon et des sardines, pour les oméga-3. Réduisez les gâteaux et buvez de l'eau régulièrement 1,5 L par jour. Et faites de l'eau votre boisson de choix !

Écoutez encore une fois.

Item 9b

Écoutez.

Les influenceurs, les YouTubeurs, les blogueurs et autres figures importantes pour nos enfants envahissent leur vie. Comment sensibiliser les enfants aux dangers de cette nouvelle forme de communication ? Comment minimiser les risques ? Apprenez-leur à configurer les paramètres de confidentialité de leurs profils : à ne pas publier d'informations personnelles sensibles ou privées.

Écoutez encore une fois.

Item 10b

Écoutez.

Tout d'abord, nous devons apprendre à respirer correctement. Lorsque le stress nous submerge, il est conseillé de trouver un endroit tranquille, de s'asseoir et de se concentrer sur sa respiration. Une fois la respiration maîtrisée, il est également utile d'imaginer des situations relaxantes, comme être à la plage et écouter le bruit, les vagues.

Écoutez encore une fois.

Τέλος της εξέτασης

Καλή επιτυχία!

